



栗山高校「生活と福祉」

～ 高齢者の健康と生活 ～

居住環境整備における「ベッドメイキング」

令和6年6月26日（水） 11：45 ～ 12：35

場所：北海道介護福祉学校 教務主幹 藤田 秀剛（介護福祉士・社会福祉士・介護支援専門員）

高専連携支援員 梶 幸奈（介護福祉士）

////////////////////
介護実技は本日から3日間行います！

まずは自己紹介をしてみましょう。

(意気込みも含めて・・・)

本日の学習課題

1. 居住環境整備の目的を理解しよう。
2. ベッドメイキングの方法を学び、
「オープンベッド」をつくってみよう。
3. 腰部に負担をかけずに行おう。

住まいの主な役割

シェルター

- 物理的環境を形成
- 外敵・自然環境・社会環境との関係をコントロール

生活の場・拠点

- 私的・共有の場
- 家庭生活の構築・財産を管理し、生活文化を伝承

まちの構成要素

- 社会的存在
- 個人と家族、社会を結ぶ近隣交流
- 地域社会の中の景観を作り出す

生活空間における生活行為の例



高齢者の健康維持に向けた居住空間に必要なこと



安全



衛生的



快適



ベッドメイキングの前に・・

1. 窓と入口ドアを開放し換気
 2. 必要なリネン類を予め用意（輪を手前に重ねる）
 3. 安全確認（キャスターのロック・床頭台・マットレス）
 4. ベッドの高さ（マットレス⇔重心部）
- 電動ベッドの機能も知る

ベッドの機能

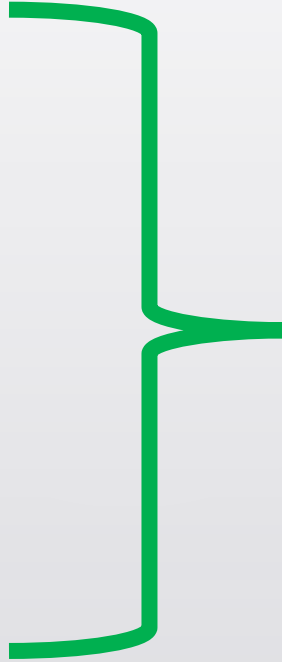


自動寝返り支援ベッド



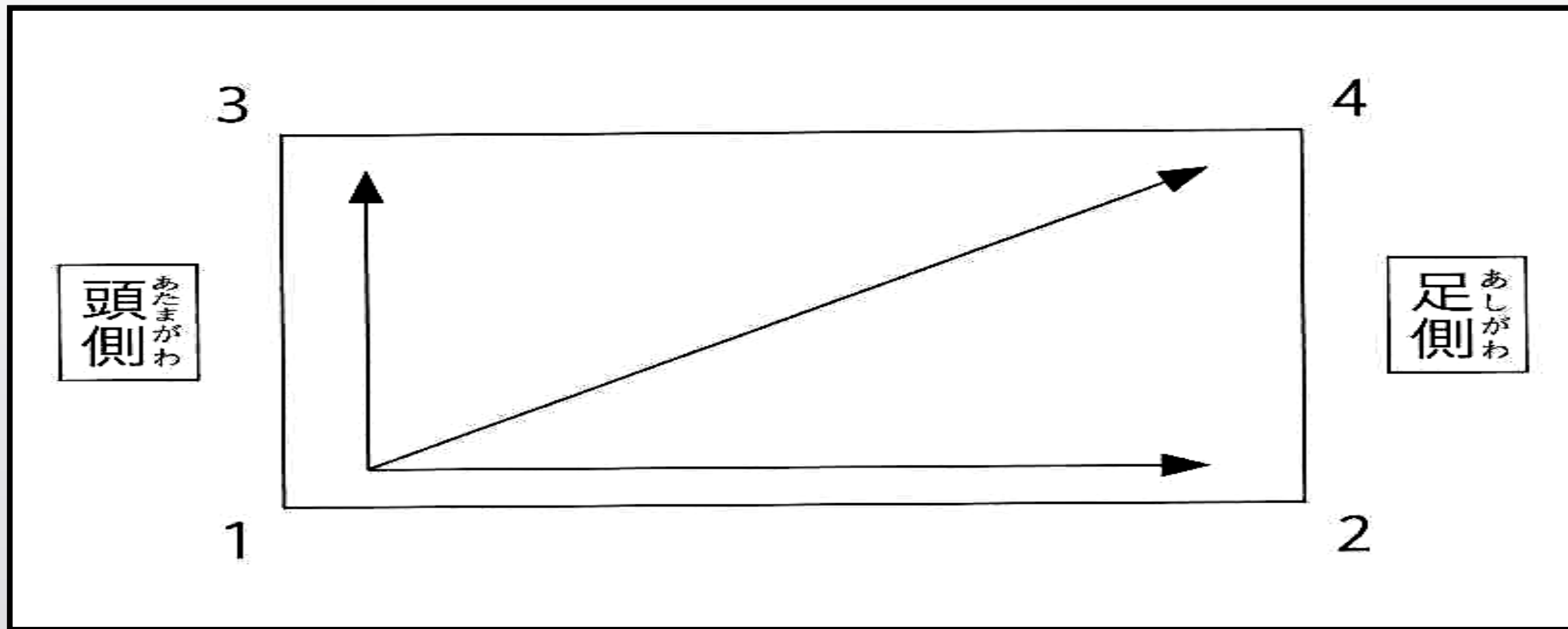
ベッドメイキングの5つの原則

1. 安全・安楽
2. 効率性
3. 耐久性
4. 外観美
5. 清潔と管理

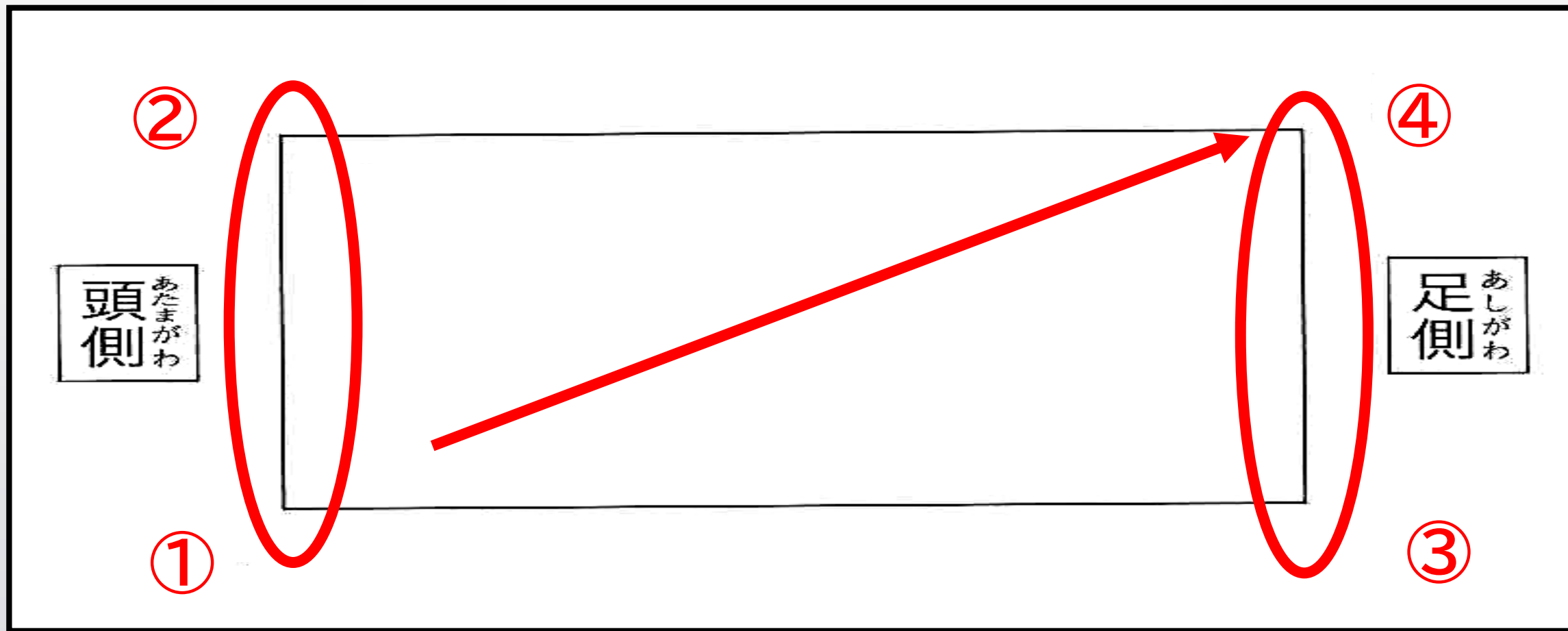


具体的な内容
としては何か？
考えてよう。

ベッドメイキングの順番



ベッドメイキングの順番（2人の場合）



介護者の姿勢（からだの構え）

1. ベッドに近づき、肩幅程度に開き中心に立つ
2. 膝を曲げ、重心部を下げる（手元確認が容易）
3. 足先を動作の方向へ向ける

⇒ 棒立ち・しゃがむ・膝つき・ねじれ ×

三角コーナーを作る ①

1. マットレスに角をなじませる

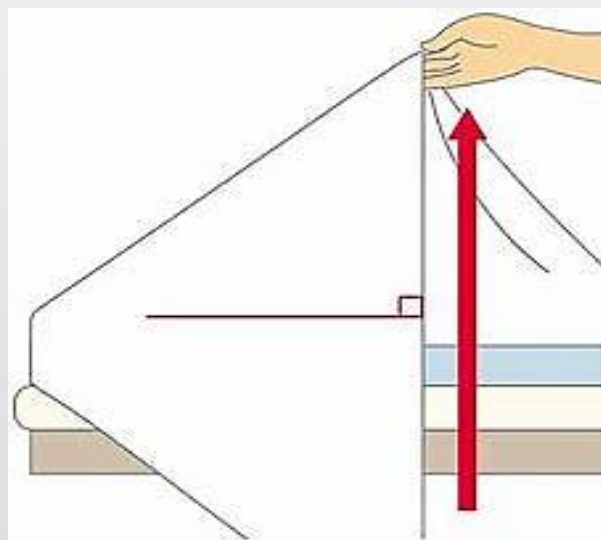
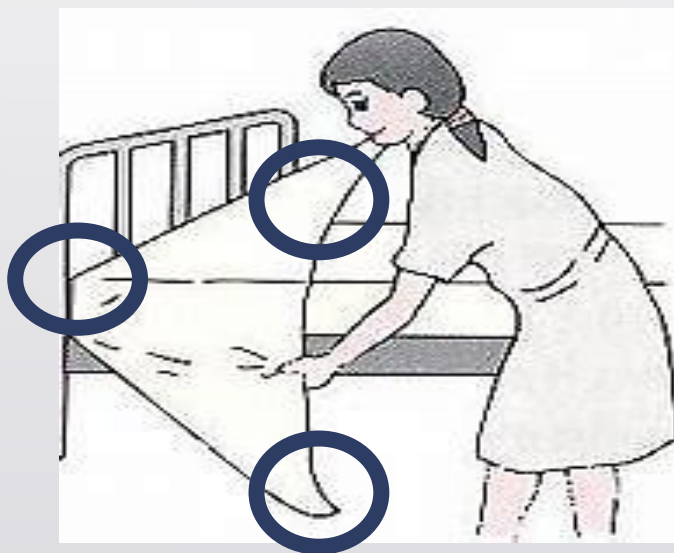
踏み込む



膝曲げ重心↓

三角コーナーを作る ②

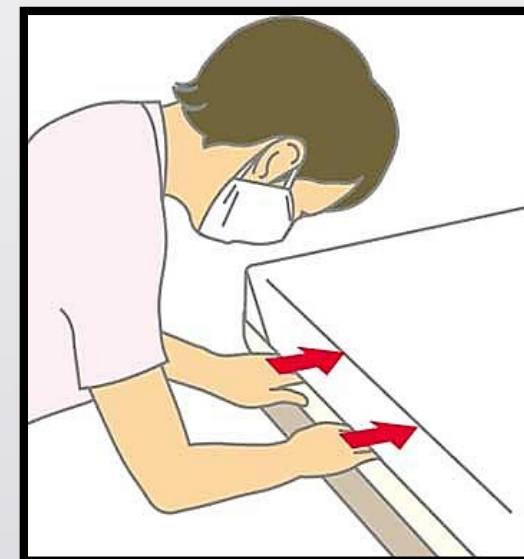
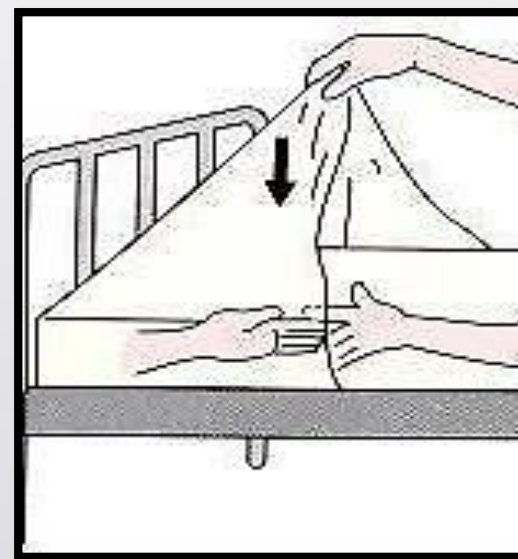
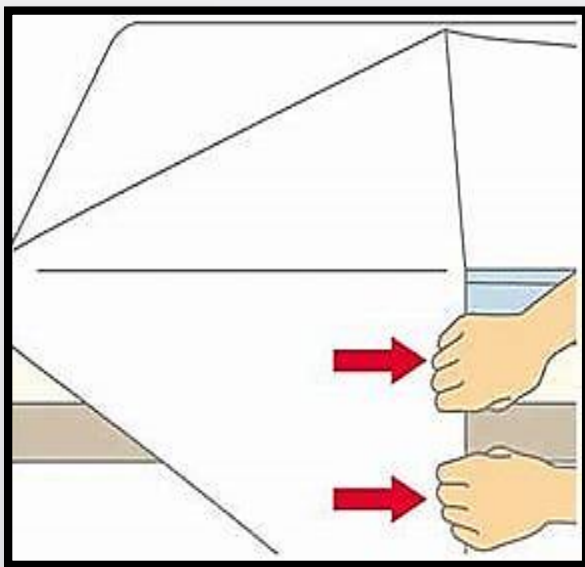
2. マットレスの角から三角形を作る



垂直に

三角コーナーを作る ③

3. 角・稜線・入れ込み・折り返し幅



枕カバーの留意点

1. 枕の奥から手前に向かいカバーを掛ける
2. カバーの袋部に馴染ませ、空気を抜く
3. 枕カバーの余分の中心を摘み上げる
4. 両手の外側部で払うように裾を整える
5. カバー全体の縦、横の裾を伸ばして整える

オープンベッドを作ろう ～ 3ステップ

平シーツ

枕・枕カバー

横シーツ

(汚染時の交換)

毛布＋毛布カバー



本日の感想

A large, empty rectangular box with a thin orange border, intended for writing a reflection or感想.